



認識蜂窩組織炎

皮膚表面有傷口，造成細菌進入皮膚底下，產生**紅、腫、熱、痛**的反應，可能會有水泡產生，腳最容易感染。

為什麼會得蜂窩性組織炎？

1. **開放性傷口**—如：切割傷、脫皮、蛀牙、皮膚病
2. **自身抵抗力低**—如：糖尿病、肥胖、長期使用類固醇
3. **外來感染源**—如：動物/昆蟲咬傷
4. **血液循環差**—如：糖尿病、靜脈曲張（浮腳筋）



如何預防？

1. 正確的照護傷口及修剪指甲
2. 適度保濕—避免乾燥脫屑，保持皮膚完整
3. 穿戴鞋襪—降低腳底被刺割傷的風險
4. 注意身上是否有傷口（尤其是糖尿病患者）
5. 治療皮膚疾病，避免皮膚受損導致發炎



檢視皮膚有 紅、腫、熱、痛，盡速就醫